Материалы к родительскому собранию

 ( 7-11 классы)

по профилактике аутоагрессивного поведения подростков.

**аутоагрессивное (суицидальное) поведение** – это следствие социально – психологической дезадаптации личности в условиях переживаемого ею микросоциального конфликт

Чаще всего причина суицидального поведения подростков кроется в наличие неблагоприятного социального окружения. Наиболее значимой средой развития ребенка является семья. Анализ причин суицида у детей и подростков указывает на то, что большинство из них совершают суцидальные попытки и завершенные суициды из-за плохих взаимоотношений с родителями, недостаточной степени понимания со стороны родителей и эмоциональной холодности в семье.

Итак, плохие взаимоотношения в семье – толчок к суициду. Если ребенок испытывает чувство одиночества, если в трудную минуту ему не у кого попросить защиты и поддержки, то это может стать предпосылкой возникновения суицидальных намерений.

Как ваше общение с ребенком сделать более эффективным? В общении есть важные правила, которые становятся простыми, если входят в привычку.

Дорогие родители, постарайтесь следовать этим правилам, ведь напряженные взаимоотношения в семье чаще всего являются причиной стресса, как взрослых, так и детей!

**нужно:**

* принимать ребенка таким, каков он есть, чтобы при любых обстоятельствах он был уверен в неизменности вашей любви к нему.
* стремиться понять, о чем он думает, чего хочет, почему ведет себя так, а не иначе.
* внушать ребенку, что он все может, если только поверит в себя, и будет работать.
* понимать, что в любых поступках ребенка следует винить, прежде всего, себя.
* не пытаться «лепить» ребенка, а жить с ним общей жизнью: видеть в нем личность, а не объект воспитания.
* чаще вспоминать какими вы были в возрасте вашего ребенка.
* помнить, что воспитывают не ваши слова, а ваш личный пример.

нельзя:

* рассчитывать на то, что ваш ребенок будет самым лучшим и способным, он не лучше и не хуже других, он такой, какой он есть, он особенный.
* относиться к ребенку, как к сбербанку, в который вы вкладываете свою любовь и заботу, а потом получите ее обратно с процентами.
* ждать от ребенка благодарности за то, что вы его родили и вскормили – он вас об этом не просил.
* использовать ребенка как средство для достижения своих (пусть самых благородных) целей.
* рассчитывать на то, что ваш ребенок унаследует ваши интересы и взгляды на жизнь (увы, они не передаются генетически).
* относиться к ребенку как к некоему неполноценному существу, ребенок это, прежде всего человек, со своими правами.
* перекладывать ответственность за воспитание ребенка на воспитателей, учителей, методические рекомендации…

***Разговаривайте с ребенком***, если общение не происходит, вы отдаляетесь друг от друга. ***Рассказывайте детям о себе***, пусть ваши дети знают, что вы открыты для откровенного разговора, кроме того, таким образом вы подаете пример искренности и открытости. ***Умейте поставить себя на их место***. Детям часто кажется, что с теми проблемами, с которыми пришлось столкнуться им не сталкивался раньше никто. Хорошо если у вашего ребенка не будет сомнений в том, что вы его понимаете. ***Будьте рядом***, детям важно знать, что дверь к вам всегда открыта, что всегда есть возможность поговорить с вами. Будьте тверды и последовательны, ***не давайте обещаний, которые не можете выполнить*** – будьте предсказуемы для своего ребенка. ***Старайтесь все делать вместе с ребенком***. Планируйте вместе с ним интересные дела, участвуйте в его жизни. Подростки часто тем или иным образом находятся под влиянием окружения. Убедитесь в том, что вы знаете с кем дружит ваш ребенок, ***общайтесь с его друзьями*** – это позволит избежать многих проблем. Помните, что каждый ребенок особенный, у каждого есть сильные и слабые стороны, ***помогите своему ребенку поверит в себя*** если у него что то не получается. ***Показывайте пример*** – это самый эффективный способ воспитания. Выслушивайте ребенка, способность слушать – ключ к нормальному общению. Разговаривая с вами, рассказывая о себе ребенок не ждет оценок или критики. ***Учитесь просто слушать***, не перебивая, не настаивая на своем. Ребенку порой необходимо чтобы его просто выслушали.

Помимо внешних причин суицидального поведения, существуют и внутренние причины – личностные особенности человека.

***агрессивность*** – направленность на деструктивное поведение, разрушение, чаще всего объективно не мотивированная; суицидальное поведение возникает тогда, когда агрессивность человека направлена на самого себя (аутоагрессия).

Повышенный уровень агрессивности – всегда предпосылка к возникновению суицидального поведения, т.к. агрессивность направленная во вне может в любой момент, под действием каких либо обстоятельств, поменять направление (на самого человека).

Агрессия — это отражение внутренних проб­лем ребенка, которые возникают чаще всего из-за жестокости и безучас­тия взрослых.

 Чаще всего причиной агрессии отро­чества является желание подражать поведению взрослых и кумиров. Кроме этого, подростки усваивают навыки социального поведения близких и авторитетных им людей.

Если в своей семье подросток сталкивается с хамством и грубостью взрослых, если родители утвердили такое поведение как эталон общения в семье, то ребенок другим просто не может быть.

Если родители постоянно демонстрируют плохие качества своего ре­бенка, особенно перед чужими людьми, то ребенку как бы уже нечего те­рять, порог стыдливости и ответственности преодолен, и можно продолжать делать плохо.

Если проанализировать причины проявления негативных эмоций и чувств детей, то они в первую очередь связаны с семьей.

Одним из главных условий предотвращения агрессивного поведения детей является требовательность родителей по отношению к себе и по отношению к собственному ребенку. Требовательный по отношению к себе родитель никогда не будет ждать от своего ребенка то, что им самим в ребенке не заложено. В первую очередь, требовательный к себе роди­тель способен анализировать методы своего воспитания и корректиро­вать их с учетом складывающейся ситуации.

Однако родители должны помнить, что требовательность — это не ти­рания. Тирания порождает тиранию.

Требовательность должна быть разумной и доброжелательной.

Очень часто детская агрессивность связана именно с тем, что родите­ли проявляют ничем не обоснованные и бессмысленные требования, аб­солютно не проявляя при этом дружелюбия и поддержки. Не следует уступать капризам и делать поблажки без нужды, но и не нужно изде­ваться над ребенком и необдуманно его наказывать.

Иногда родители сами создают ситуации, которые впоследствии ста­нут поводом к проявлению агрессивности.

К примеру: «Сегодня «легкие» уроки, можно в школу не идти, я напи­шу записку учительнице, что тебе плохо». Не надо удивляться родителям этого ребенка, если через пару лет он сам напишет записку учителю и распишется за отца или мать или будет требовать от родителей повторе­ния подобных поступков.

Требовательность по отношению к ребенку должна быть разумной. Проявляя требовательность, необходимо считаться с обстоятельствами, с физическим и душевным состоянием ребенка.

Требовательность оправдана тогда, когда перед ребенком выдвигают­ся посильные задачи и оказывается помощь в их решении. Даже самое справедливое и несложное требование, если оно не объяснено и выраже­но в деспотичной форме, вызовет сопротивление любого ребенка, в том числе и самого покладистого. Разница только в том, что покладистый ре­бенок будет выражать протест скрыто, а ребенок не очень покладистый — открыто. Требовать что-либо от детей надо в спокойной и доброжела­тельной форме, объясняя целесообразность требований.

В своих методах воспитания, в требовательности к ребенку родители должны быть последовательны и едины. Как только в семье поселяются тайны друг от друга, уходит доверие родителей друг другу в воспитании ребенка, это дает возможность ему лавировать между родителями, шан­тажировать их, врать им.

Если ребенку удается так поступать длительное время, а затем насту­пает запрет, это приводит к проявлению детской агрессивности.

**Памятка для родителей по предупреждению детской агрессивности**

1. Постарайтесь сохранить в своей семье атмосферу открытости и доверия.
2. Не давайте своему ребенку несбыточных обещаний, не вселяйте в
его душу несбыточных надежд.
3. Не ставьте своему ребенку каких бы то ни было условий.
4. Будьте тактичны в проявлении мер воздействия на ребенка.
5. Не наказывайте своего ребенка за то, что позволяете делать себе.
6. Не изменяйте своим требованиям по отношению к ребенку в уго­ду чему-либо.
7. Не шантажируйте ребенка своими отношениями друг с другом.
8. Не бойтесь поделиться с ребенком своими чувствами и слабос­тями.
9. Не ставьте свои отношения с собственным ребенком в зависи­мость от его учебных успехов.
10. Помните, что ребенок — это воплощенная возможность! Вос­пользуйтесь ею так, чтобы она была реализована в полной мере!

**Памятка № 2**

**Уважаемые папы и мамы!**

Внимательно прочтите эту памятку! Для этого вооружитесь каранда­шом и вычеркните те пункты, которые воспитательной системы вашей семьи не касаются. Мысленно представьте лицо своего ребенка, будьте честны перед ним и перед собой!

После анализа подумайте над тем, что можно еще изменить.

**Агрессивность ребенка проявляется, если:**

* ребенка бьют;
* над ребенком издеваются;
* над ребенком зло шутят;
* ребенка заставляют испытывать чувство незаслуженного стыда;
* родители заведомо лгут;
* родители пьют и устраивают дебоши;
* родители воспитывают ребенка двойной моралью;
* родители нетребовательны и неавторитетны для своего ребенка;
* родители не умеют любить одинаково своих детей;
* родители ребенку не доверяют;
* родители настраивают детей друг против друга;
* родители не общаются со своим ребенком;
* вход в дом закрыт для друзей ребенка;
* родители проявляют по отношению к ребенку мелочную опеку и за­
боту;
* родители живут своей жизнью, и в этой жизни нет места их ребенку;
* ребенок чувствует, что его не любят.

Для преодоления детской агрессии в своем педагогическом арсенале родители должны иметь: **внимание, сочувствие, сопереживание, терпение, требовательность, честность, откровенность, открытость, обязательность, доброту, лас­ку, заботу, доверие, сердечность, понимание, чувство юмора, ответствен­ность, такт, дружелюбие, умение удивляться, надежду и любовь.**

Признаки, свидетельствующие о возникновении стресса у ребенка.

Для младшего школьного возраста:

* заметное ухудшение школьной успеваемости
* увеличение времени занятий, при ухудшении результатов
* выраженное расстройство и волнение: нежелание идти в школу, вечером ложиться спать, утром – вставать
* нежелание участвовать в совместных занятиях
* гиперактивность, нервные тики или постоянные движения, или наоборот апатия и общее снижение активности
* постоянные ночные кошмары
* провокационное поведение: непослушание, неподчинение взрослым, агрессия (дольше одного месяца)
* частые смены настроения

***Для детей среднего и старшего подросткового возраста:***

* изменение школьной успеваемости
* употребление алкоголя, наркотиков, курение
* изменения в режиме сна и питания
* частые жалобы на различные боли и общее недомогание
* одержимость вопросом своего веса (особенно у девочек)
* противопоставление себя власти других людей, выражающееся в актах воровства, вандализма
* пессимизм, депрессивность, плохой аппетит
* частые проявления жестокости, агрессивности

Чтобы точно установить проблему и получить консультацию, вы можете обратиться к школьному или районному психологу.

**Продолжительная «терапевтическая» помощь может быть оказана вами, вашими друзьями, родственниками. Помните ваша поддержка и понимание – лучшее лекарство для вашего ребенка, но иногда этого не достаточно и нужно обратиться к специалисту. Помните, что просьба о помощи – первый шаг к ее получени**ю.